

Тематическое планирование образовательной деятельности по направлению «Физическое развитие» с использованием интеграционного подхода на декабрь.

Тема «Красавица зима».

Возрастная группа - вторая младшая

Цель: обеспечение всестороннего развития ребенка через физическое развитие, формирование потребности в двигательной активности

Задачи по направлению «Физическое развитие»:

- учить слышать и выполнять задания;
- развивать глазомер, ловкость, выносливость
- воспитывать положительное отношение к окружающему миру, самому себе.

Задачи по интегрируемым областям:

- учить согласовывать свои движения с командой инструктора;
- способствовать речевому, познавательному, социально-коммуникативному, художественно-эстетическому развитию через игровые и проблемные ситуации, использование считалок, песен, речевок;
- воспитывать культуру поведения

Работа по теме «Красавица зима» в группе:

Беседы по теме, просмотр мультфильма «Снеговик», выставка рисунков.

Итоговое мероприятие: игра - путешествие «По дороге в зимний лес».

| | | 1 | 2 | 3 | 4 |
|---------|------|--|--|--|---|
| | Тема | Занятия 1-3 | Занятия 4-6 | Занятие 7-9 | Занятие 10-12 |
| Декабрь | | <p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходить и бегать враспынную, используя всю площадь зала; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. - упражнять в приземлении на полусогнутые ноги. <p style="text-align: center;"><i>Подвижная игра «Снежки», Игра малой подвижности: «Поймай снежинку»</i></p> | <p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходить и бегать по кругу; - мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги. - упражнять в прокатывании мяча. <p style="text-align: center;"><i>Подвижная игра «Два мороза» Игра малой подвижности «Снеговик»</i></p> | <p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходить и бегать враспынную; - катать мяч друг другу, выдерживая направление; - подползать под дугу. <p style="text-align: center;"><i>Подвижная игра «Прокати мячик». Игра малой подвижности «Елочки, пенечки»</i></p> | <p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходить и бегать по кругу со сменой направления. - подлезать под шнур, не касаясь руками; - сохранять равновесие при ходьбе по доске. <p style="text-align: center;"><i>Подвижная игра «Охотник и звери» Игра малой подвижности «Лыжник»</i></p> |

Возрастная группа: средняя

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----------------|--|--|---|--|--|
| | Номер занятия | Занятия 1-3 | Занятия 4—6 | Занятия 7-9 | Занятия 10-12 |
| Декабрь | Задачи Образовательные | Уч и т ь перестраиваться в пары на месте; ловить мяч; правильному хвату при ползании; соблюдать дистанцию во время передвижения, ВЫЗЫВАТЬ реакцию на речевые сигналы. Уп р а ж н я т ь в мягком приземлении при спрыгивании; в ползании на четвереньках на повышенной опоре. З а к р е п л я т ь умение прокатывать мяч; навык нахождения своего места в колонне; прыжки на двух ногах. Р а з в и в а т ь глазомер | | | |
| | 1 - я ч а с т ь : Вводная | Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне | | | |
| | Общеразвивающие упражнения | Без предметов | С гантелями | С кубиками | Без предметов |
| | 2 - я ч а с т ь : Основные виды движений | Прыжки со скамейки (20 см). Прокатывание мячей между набивными мячами. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20 см) Ходьба по гимнастической скамейке (на середине сделать поворот кругом). | Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ходьба с перешагиванием через 5-6 набивных мячей Перепрыгивание через кубики на двух ногах. | Досуг «Путешествие в зимний лес». Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы высотой 25 см от пола. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу). Спрыгивание с гимнастической скамейки |
| | 3 - я ч а с т ь : Подвижные игры | «Снежки» | «Два мороза» | «Бездомный заяц» | «Охотники и зайцы» |
| | Малоподвижные игры | «Трамвай», «Карусели» | «Поезд» | «Птичка» | «Я мороза не боюсь» |

Возрастная группа: старшая

Цель: развитие физических качеств детей старшего дошкольного возраста.

Задачи по направлению «Физической развитие»:

- учить детей «вести мяч»
- развивать координацию движений
- воспитывать навыки действий «по правилам»

Задачи по интегрируемым образовательным областям:

- учить детей проявлять инициативу и самостоятельность при удовлетворении потребностей в двигательной активности;
- развивать чувство ритма через самостоятельное использование стихотворений, считалок;
- воспитывать ценностное отношение к себе, своим сверстникам, окружающему миру.

Итоговое мероприятие: досуг «Зимние забавы»

| | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---------|--|--|--|---|---|
| | Номер занятия | Занятия 1-2 | Занятия 3-4 | Занятия 5-6 | Занятия 7-8 |
| Декабрь | Задачи: образовательные | <p>Учить:</p> <p>ходьбе по наклонной доске; прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед.</p> <p>Совершенствовать:</p> <p>бег в колонне по одному с сохранением дистанции; прыжки на двух ногах с преодолением препятствий; ползание на четвереньках между кеглями; подбрасывание и ловлю мяча; ползание по гимнастической скамейке.</p> <p>Метание мешков в цель.</p> <p>Закреплять равновесие в прыжках, бег враспынную и по кругу с поворотом в другую сторону.</p> <p>Упражнения для профилактики опорно-двигательного аппарата.</p> | | | |
| | 1 -я часть: Вводная | Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом | | | |
| | Общеразвивающие упражнения | С палкой | С гантелями | С мячом | С обручами |
| | 2 -я часть: Основные виды движений | 1. Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед 2. Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом. 3. Перешагивание через бруски, шнур, справа и слева от него. 4. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, стоя на коленях. | 1. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Метание мешков в цель. 3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 4. ползание на четвереньках между кеглями с мешочком на спине | Досуг «Зимние забавы в стране снеговиков». 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. 3. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу с хлопком перед ловлей | Игровые упражнения Перепрыгивания между препятствиями. Подбрасывание и прокатывание мяча в различных положениях. «Юные хоккеисты» (шайба, клюшка). «Ловкий олень». «Догони пару». «Снежный ком». Подвижные игры «Два мороза». «Дружный паровоз». «Заморожу» «Перебежки». «Пробеги, не задень» |
| | 3 -я часть: Подвижные игры | «Два мороза» «Заморожу» | «Охотники и зайцы» «Снежки» | «Перебежки» | |
| | Малоподвижные игры | «Дружный паровоз» | «Летает - не летает» | «Елочки, пенечки» | |

Возрастная группа: подготовительная

| 1 | 2 | 3 | | 4 | 5 | 6 |
|----------------|--|--|--|---|---|-------------|
| | Номер занятия | Занятия 1-2 | | Занятия 3-4 | Занятия 5-6 | Занятия 7-8 |
| Декабрь | Задачи: образовательные | <p>Закреплять навыки и умения:</p> <p>1. ходьбы с выполнением задания по сигналу;</p> <p>2. бега с преодолением препятствий, парами;</p> <p>3. перестроения с одной колонны в две и три;</p> <p>У п р а ж н я т ь :</p> <p>- в прыжках при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах;</p> <p>- переползании по гимнастической скамейке;</p> <p>- лазании по гимнастической стенке с переходом на другой пролет.</p> <p>Упражнения для профилактики опорно-двигательного аппарата.</p> | | | | |
| | 1-я часть Вводная | Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроение в ходьбе «один - два». Бег враспынную, с преодолением препятствий (6-8 брусков), между набивными мячами | | | | |
| | Общеразвивающие упражнения | С малым мячом | С гимнастической палкой | | С малым мячом | В парах |
| | 2-я часть Основные виды движений | <p>1. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием поочередно на правую и левую ноги, с перенесением махом другой ноги снизу сбоку скамейки.</p> <p>3. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>4. Эстафета «Передал - садись»</p> | <p>1. Прыжки на правой и левой ногах через шнуры.</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние 3 м).</p> <p>3. Упражнение «Крокодил».</p> <p>4. Отбивание мяча в ходьбе.</p> <p>5. Подбрасывание малого мяча вверх и ловля его после отскока от пола («Быстрый мячик».</p> <p>6. Метание мешков в цель.</p> | <p>1. Ходьба по скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись, помогая друг другу.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через шнуры, обручи.</p> <p>3. Переползание по прямой - «Крокодил» (расстояние 3 м).</p> <p>4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.</p> <p>5. Подбрасывание мяча двумя руками, ловля его после хлопка или приседания</p> | <p>Досуг Зимние забавы</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>1. «Догони пару».</p> <p>2. « ».</p> <p>3. «Снайперы».</p> <p>4. « ».</p> <p>5. « ».</p> <p>Эстафеты</p> <p>1. «Передал - садись».</p> <p>2. «Гонка на лыжах».</p> <p>3. « ».</p> <p>4. «Передал - садись»</p> <p>5. « ».</p> <p>6. «Загони льдинку».</p> <p>7. «Догони мяч».</p> <p>8. « »</p> <p>Игры</p> <p>«Два мороза»,</p> <p>«Заморожу».</p> | |
| | 3-я часть Подвижные игры | «Ловишка со снежком » Цель: Развивать умение выполнять движения по слову, ловкость, увертываемость. | « Догони пару » | | «Два Мороза», «Заморожу». | |
| | Малоподвижные игры | « Гонка на лыжах » | « Снайперы » | | « Передал - садись » | |